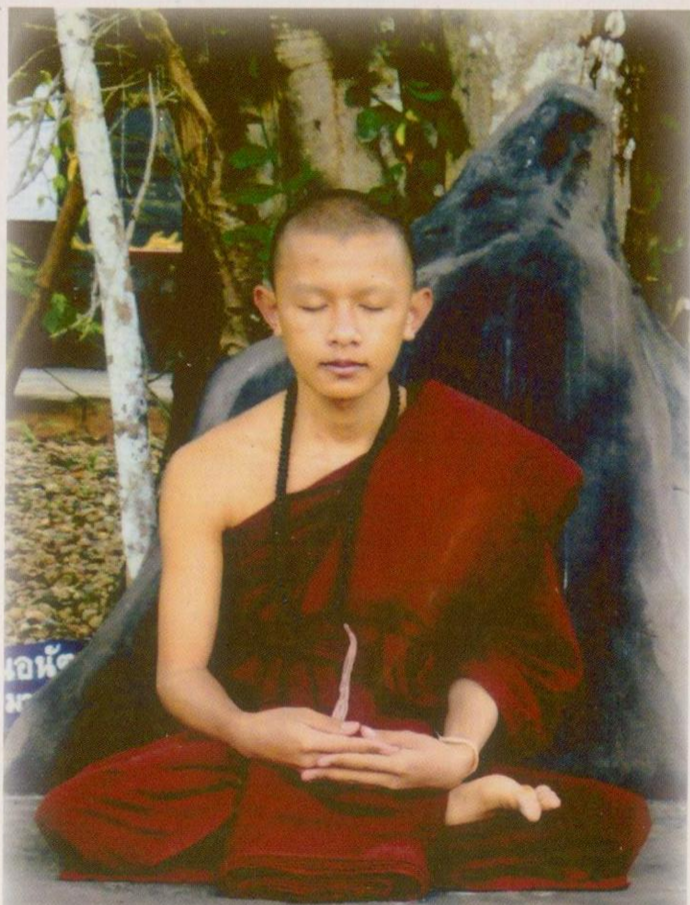


ธรรมมะจากถ้ำ...มรดกธรรมจากธรรมชาติ

สาธุเจ้า พระญาณวิไชย ภิกฺขุ ณ พุทธสถานถ้ำเชตวัน (ถ้ำผาตั้ง)

คุณแม่ รุ่งฟ้า เชาว์เพชรไพโรจน์
และ
นาย บัณฑิต พรพิทักษ์ชัยกุล

พิมพ์ถวาย
พระญาณวิไชย ภิกฺขุ

เพื่อแจกเป็นธรรมทาน ในงานออกถ้ำ
วันที่ 4 พฤศจิกายน 2555

สัพพะทานัง ธัมมะทานัง ชินาติ
(การให้ธรรมเป็นทาน ชนะการให้ทั้งปวง)



...สมุดบันทึก...

ของ... สาธุเจ้า พระญาณวิไชย ภิกฺขุ
(พระภิกษุ ณัฐวุฒิ กายา)

ธรรมมะจากถ้ำ ...มรดกธรรมจากธรรมชาติ
บันทึก เมื่อ จำพรรษา
ณ พุทธสถานถ้ำเชตวัน (ถ้ำผาตั้ง)
ต.สันทะ อ.นาน้อย จ.น่าน
พุทธศักราช ๒๕๕๕



ครูบาน้อย ให้ธรรมโอวาทแก่คณะศรัทธา
ที่มาร่วมในงานวันเข้าถ้ำ (3 สิงหาคม 2555)



ครูบาน้อย สวดมนต์ทำพิธีบวงสรวง



ชาวบ้านและคณะศรัทธา ร่วมจุดธูปเทียนทำพิธีบวงสรวง



ครูบาน้อย กล่าวขอบคุณ ชาวบ้านและคณะศรัทธาที่มาร่วมในงาน



ครูบา นิกร ธัมมรังสี และ ครูบา ณัฐวุฒิ ญาณวิไชย พร้อมด้วยคณะศรัทธา กำลังอัญเชิญ
พระพุทธรูป และ เครื่องสักการะบูชา เพื่อบรรจุลงในองค์พระธาตุเจดีย์



ครูบา นิกร และ ครูบา ณัฐวุฒิ นำองค์พระพุทธรูป และ
เครื่องสักการะบูชา บรรจุลงในองค์พระธาตุเจดีย์



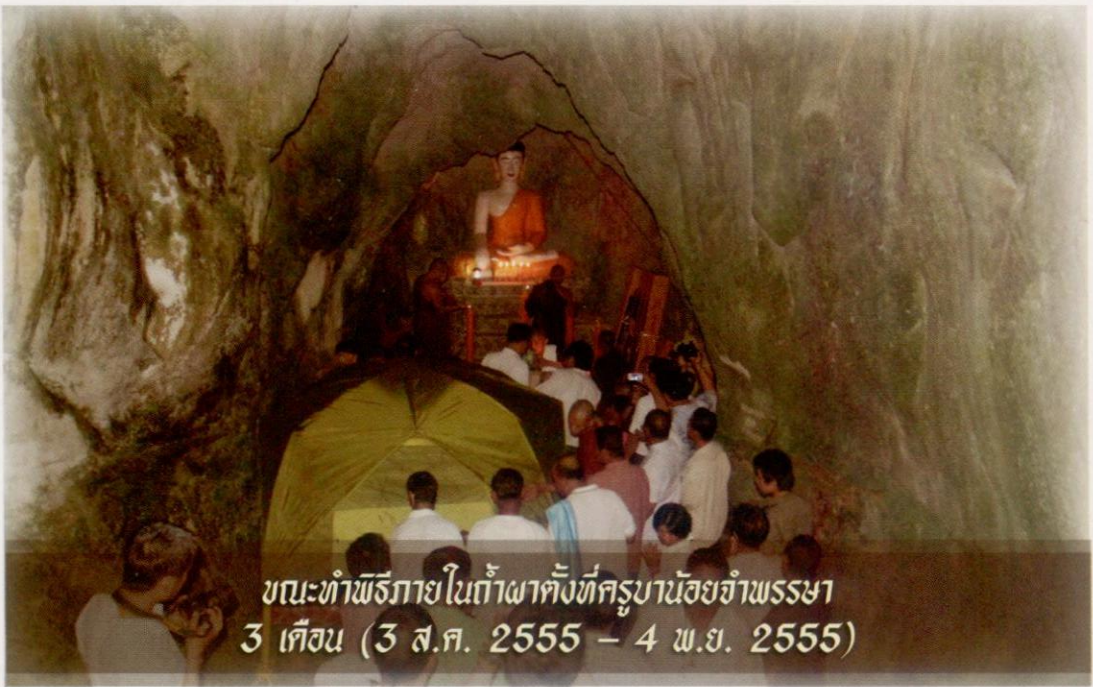
กลุ่มชาวบ้าน และ คณะศรัทธาที่มาร่วมในงาน



ทำพิธียกช่อฟ้า วิหารวัดถ้ำเชตวัน



รอยยิ้มของครูบา เห็นแล้ว....ชื่นใจ



ขณะทำพิธีภายในถ้ำผาตั้งที่ครูบาน้อยจำพรรษา
3 เดือน (3 ส.ค. 2555 – 4 พ.ย. 2555)



ครูบานิกร ธัมมรังสี ทำพิธี ปิดปากถ้ำ



ครูบาน้อย ถ่ายรูปร่วมกับครูบานิกรพร้อมคณะสงฆ์ และโยมพ่อหมัง
และโยมแม่อ่อน ก่อนทำพิธี ปิดปากถ้ำ

ก้านบัว บอกลึกตื้น ชลธาร
มารยาท ส่อสันดาน ชาติเชื้อ
ชั่วโฉดฉลาด ฟังคำขาน ย่อมทราบ
หย่อมหญ้า เหี่ยวแห้ง เนื้อร้ายแสลงดิน

จงมองไปข้างหน้า เพื่อสร้างความหวัง
จงมองกลับข้างหลัง เพื่อแก้ไขความผิด
คนที่ไม่มีความหวัง นั้นเหมือนคนที่สิ้นคิด
คนที่ไม่มีความผิด คือคนที่ไม่ทำอะไรเลย

อย่าคิดว่า ทำไม่ได้ ถ้ายังไม่ได้ทำ...
ไม่มีคำว่า แพ้ ถ้าเรายังไม่ได้ เริ่ม
ไม่มีคำว่า อยู่ที่เดิม หากเราได้ แสวงหา
ไม่มีคำว่า เป็นที่หนึ่ง หากเรายัง ต้องพึ่งพา
ไม่มีคำว่า ดีกว่า หากเรายัง ไม่ตั้งใจ...

ละครชีวิต

ชีวิตนี้ เปรียบเสมือน โรงละคร
ปวงนิกร เราท่าน ต่างร่ายรำ
ทำทีท่า ไปตามลีลา ของบทละคร
บางทีก็เศร้า บางคราวก็สุข บางทีก็ทุกข์หัวอกสะท้อน
มีร้าง มีรัก มีพลัด มีพราก มีจาก มีจร
กว่าจะจบ บทละคร ชีวิต ก็จากลา
อันว่าวรรคตอน ละครชีวิต เป็นเรื่องน่าคิด
นะท่านเจ้าขา กว่าฉากจะปิด ชีวิตจะลา
ก็ต้องทรมา กันเหลือประมาณ
ไม่ใช่เทวา จะมาอุ้มสม
ไม่ใช่พระพรหม จะมาเสกสรร
ไม่ใช่พระศุกร์ พระเสาร์ พระอาทิตย์ หรือว่าพระจันทร์
จะยาก ดี มีจน นั้น ขึ้นอยู่ที่ผลของการกระทำ

จะดี จะชั่ว อยู่ที่ตัว เราทำ
จะสูง จะต่ำ อยู่ที่เรา ทำตัว

เงินทองแบ่งไว้ ๔ ส่วน

๑.) ใช้หนี้เก่า = แทนบุญคุณผู้มีพระคุณ

๒.) ให้เจ้านายใหม่ = เลี้ยงอุปการะลูกหลาน

๓.) ทิ้งลงเหว = ใช้จ่ายในชีวิตประจำวัน

๔.) ฝังดินไว้ = ทำบุญทำกุศล

ความทุกข์ของพ่อ-แม่ มี ๓ ประการ

๑.) ทุกข์เพราะไม่มีลูก

๒.) ทุกข์เพราะลูกตาย

๓.) ทุกข์เพราะลูกชั่ว

ความทุกข์ของปุถุชน

๑.) ทุกข์เพราะอยากได้มาเป็นของตน (ตัณหา)

๒.) เมื่อได้มาแล้วก็ทุกข์กับการเก็บรักษา (กังวล)

๓.) เมื่อสูญเสียไปก็ทุกข์กับการสูญเสีย (อาลัย)

ธรรม สว่างใจ บุคคลใดเข้าใจธรรมมะ
ย่อมได้ประโยชน์ จากธรรมมะ

ธรรม หมายถึง ธรรมชาติ, ธรรมดา, ปรกติความจริง, เมื่อเราอยู่ในสถานที่ใดควรเข้าใจธรรมชาติของสถานที่นั้นๆ เมื่ออยู่กับคนเช่นไรควรเข้าใจธรรมชาติของคนเช่นนั้น...นั่นมันเป็นธรรมดา...ช่างมันเถอะ

ลูก มี ๕ ก.

๑.) ลูก กะ คือ ลูกที่มีความกตัญญู

๒.) ลูก กา คือ ลูกที่ได้ดีแล้วลืม พ่อ-แม่ เหมือนอีกา

๓.) ลูก เกาะ คือ ลูกที่ไม่รู้จักโต

๔.) ลูก แก้ว คือ ลูกที่สร้างความภูมิใจแก่ พ่อ-แม่

๕.) ลูก กล้วย คือ ลูกฆ่า พ่อ-แม่ เหมือนปลีฆ่าต้นกล้วย

ลูก ๓ ระดับ

๑.) อภิชาตบุตร = ลูกที่ประเสริฐกว่า พ่อ-แม่

๒.) อนุชาตบุตร = ลูกเสมอ พ่อ-แม่

๓.) อวชาตบุตร = ลูกที่เลวกว่า พ่อ-แม่

คน ๔ ระดับ

๑.) ปุถุชน = คนหนาด้วยกิเลส

๒.) ปัญญาชน = คนมีปัญญา

๓.) กัลยาณชน = คนดี มีคุณศีลธรรม

๔.) อริยชน = คนผู้หลุดพ้น (จากกิเลส)

คนโง่ที่รู้ตัวว่าโง่ยังพอเป็นบัณฑิตได้
แต่คนโง่แล้วอวดฉลาดคือ คนโง่อย่างแท้จริง

หน้าที่มีอยู่ ๒ อย่าง

๑.) หน้าที่โดยอัตโนมัติ
คือ หน้าที่ในบ้านเป็นตลอด

๒.) หน้าที่โดยแต่งตั้งชั่วคราว
คือ หน้าที่การงาน

เฒ่า (คนแก่ ๒ อย่าง)

๑.) เฒ่าทรนง คือ เฒ่านักสู้ ไม่อ่อนแอ
แก่อย่างมีคุณค่า ชราอย่างมีประโยชน์

๒.) เฒ่าทารก คือ เฒ่าขี้อ้อนเหมือนเด็กทารก

คุณสมบัติของผึ้ง มี

๑.) ผึ้งบินไม่สูง = การรู้จักฐานะของตนไม่ทำตัวสูง

๒.) ผึ้งมีความขยัน = มีความขยันหมั่นเพียรอดทน

๓.) ผึ้งรู้จักสะสมน้ำหวาน = ประหยัด อดออม

๔.) ผึ้งรักหมู่คณะ = ความสามัคคี ซื่อสัตย์

๕.) ผึ้งไม่ตอมของเน่าเหม็น = การมีคุณธรรมไม่ทำชั่ว ไม่นิยมกระทำหรือไปในสถานที่ไม่ดี

หัวใจเศรษฐี

๑.) อุ.อุฏฐานสัมปทา = ขยันหมั่นเพียร

๒.) อา.อารักขสัมปทา = ประหยัด อดทน

๓.) กะ.กัลยาณมิตตา = คบคนดี มิตรดี

๔.) ส.สมชีวิตา = ประกอบอาชีพสุจริต

กฎ ๒ อย่าง

๑.) กฎหมาย = กฎกติกา (อาชญาทางโลก)

๒.) กฎแห่งกรรม = ธรรมชาติ (อาชญาทางธรรม)

ยามเห็นใจ

๑.) ยามจน ๒.) ยามเจ็บ ๓.) ยามจาก

อย่ามองคนเวลาเราอยู่สูง คือ มีพร้อม จะไม่เห็นน้ำใจคน จะเห็นน้ำใจคนดีที่สุดคือ เวลาเราอยู่ที่ต่ำ ตกยากลำบาก ใครไม่ทิ้งเรานั่นคือ "เพื่อนแท้มิตรแท้"

จะเห็นใจญาติมิตรก็เมื่อ ยามจน จะรู้จักกำลังใจตนก็เมื่อ ผจญมาร (ปัญหา)

ผีหลอกไม่ต้องกลัว แต่ระวังตัวอย่าให้โดนคนหลอก

ปริศนาธรรมจากพระพุทธรูป

๑.) พระเกศาที่เป็นขนด เปรียบดังปัญหาที่สุมในหัวเรา

๒.) พระโมลี เปรียบดังแสงปัญญาที่อยู่เหนือปัญหา

๓.) ตา มองต่ำ สอนให้มองตนเองเสียก่อนว่าเราดี หรือยัง

๔.) หู ยาวหย่อน สอนให้หูหนักไม่ให้หูเบาฟังแล้วพิจารณา

๕.) จมูกโด่ง สอนให้หายใจด้วยตัวเองพึ่งตัวเองมากๆ

๖.) ปากยิ้ม สอนให้มีเมตตาต่อกัน

หน้าที่ของนิ้วมือ ๕ นิ้ว

๑.) นิ้วโป้ง = มีหน้าที่จับมีดฟันไม้ ตักข้าว หรือเป็นตัวนำที่แข็งแรงกว่านิ้วอื่นๆ เปรียบดัง ผู้นำ ผู้บริหาร

๒.) นิ้วชี้ = มีหน้าที่ชี้บอก เปรียบดังพระสงฆ์ ครูบาอาจารย์ ผู้เฒ่าผู้แก่ เป็นผู้ชี้ทางถูก ทางดี

๓.) นิ้วกลาง = มีหน้าที่กำสิ่งต่างๆ สูงกว่าเพื่อน เปรียบเสมือนผู้ชายที่มีพละกำลัง

๔.) นิ้วนาง = มีหน้าที่ใส่แหวน เปรียบดังผู้หญิงมีความรัก ความสวยงาม มีระเบียบ เป็นเสน่ห์

๕.) นิ้วก้อย = มีหน้าที่แคะหู แคะจมูก เปรียบดังเด็ก เยาวชนที่กำลังฝึกฝนตนเอง เป็นอนาคตของชาติ

ถ้ามือ ๕ นิ้วสามัคคีกัน ทำสิ่งใดก็ย่อมสำเร็จ ต้องพึ่งพาอาศัยกัน จะตัดนิ้วใดนิ้วหนึ่งทิ้งไม่ได้

เงิน ๓ ไห ใจ ๓ ห้อง

เงินแบ่ง ๓

๑.) กิน ๒.) เก็บ ๓.) ทำกุศล

ใจแบ่ง ๓

๑.) ตนเอง ๒.) ครอบครัว ๓.) สังคม

จงพยายามอยู่ในสิ่งแวดล้อมที่ดี คบคนดี วางตนให้ถูกต้อง เพราะการรับรู้ทำให้เกิดความจำ พยายามจำแต่สิ่งที่ถูกต้องและชอบธรรม... เพราะความจำทำให้เกิดเป็นความคิด

จงพยายามคิด แต่สิ่งที่ดีๆ เพราะความคิดทำให้เกิดเป็น "พฤติกรรม"

จงพยายามฝึกพฤติกรรมให้ดี เพราะพฤติกรรมที่ดีอย่างต่อเนื่อง ทำให้เกิดเป็นนิสัยที่ดี

จงพยายามฝึกนิสัยของตนให้ดี เพราะนิสัยที่ดีอย่างตลอดนั้น ทำให้เกิดเป็นสันดานที่ดี และสันดานที่ดีและเลวนั้น คือ ตัวบอกชี้ดวงชะตาของเราในอนาคตได้เป็นอย่างดี

วัตรปฏิบัติพระสงฆ์สายของครูบาศรีวิชัย

หลับดึก ลุกเช้า ฉันข้าวมื้อเดียว หมั่นเตียว จงกลม ห่มผ้า ๓ ผืน ตื่นแต่ตี ๔, ๓ วัน ตัดเล็บ, ๗ วัน ย้อมผ้า, ๑๕ วัน ปลงผม

การให้ทาน

๑.) ให้โดยเต็มใจ ได้อานิสงส์บุญมาก

๒.) ให้โดยฝืนใจ ได้อานิสงส์ผลบุญน้อย

การทำบุญให้ได้บุญมาก

๑.) ของทานได้มาโดยบริสุทธิ์

๒.) ก่อนให้ทานก็มีเจตนาให้ด้วยบริสุทธิ์

๓.) ขณะให้ก็ปีติยินดีในการให้ทาน

๔.) เมื่อให้ไปแล้ว ก็ไม่เสียดายในของทาน

การทำบุญให้ทาน หรือ การบริจาค เมื่อทำไป แล้วก็ให้คิดว่า เหมือนเราเอาขยะไปทิ้งหรือขากเสลด น้ำลายลงดิน ใครจะทำอะไรกับมันก็แล้วแต่ เพราะการให้ คือ การสละ

มรดกของ พ่อ-แม่

๑.) มรดกทางกาย คือ ท่านเลี้ยงเรามาด้วยความทะนุถนอม ไม่ให้เป็นอันตรายต่อลูกจนเติบใหญ่

๒.) มรดกทางปัญญา คือ วิชาความรู้ ที่กินใช้ไม่มีวันหมด ยิ่งขายยิ่งใช้ ยิ่งได้ประโยชน์

๓.) มรดกทางทรัพย์สิน คือ บ้าน ที่ดิน ทรัพย์อื่นๆ เมื่อรักษาไม่ดี ยิ่งใช้ยิ่งขาย ก็ยิ่งหมดไปเรื่อยๆ

เพราะฉะนั้น มรดกที่ประเสริฐที่สุดที่พ่อ-แม่ให้แก่เรา ก็คือ ร่างกายที่สมบูรณ์ และวิชาความรู้ที่ตลอดชาติเราก็ใช้ไม่หมด ประเสริฐกว่าทรัพย์สินอย่างอื่นที่เมื่อเรารักษาไม่ดี ก็ย่อมหมดไปสักวันหนึ่ง

ขยัน ประหยัด ซื่อสัตย์ อดทน
ยังไม่จน แต่อยู่อย่างคนจน จะไม่มีวันจน
ยังไม่รวย อยู่อย่างคนรวย จะไม่มีวันรวย

หมาของนายพรานเจตบุตร คือ

๑.) หมาปู้แดงตีนเต๊า = คือ พระสงฆ์ สามเณร

๒.) สี่ตีนย่ำเต่า = ให้ระวังอิริยาบถทั้ง ๔ ให้เรียบร้อย จะยืน เดิน นั่ง นอน ให้ระวังเหมือนยืนบนกระดองเต่า

๓.) ปากมันเห่าหาเต่าหาแลน = ต้องหมั่นไหว้พระสวดมนต์ เทศนาโปรดศรัทธาญาติโยม

๔.) ตามันแหงนผ่อฮังผึ้งฮังฮอก = ต้องหมั่นดูแลวัดวา อาราม ทำความสะอาด

๕.) หางมันยอกเข้ารูหนู = ต้องหมั่นปฏิบัติธรรมจำศีล ภาวนา แผ่เมตตาโปรดสัตว์

๖.) หูมันฟังเสียงเจ้า = คือ ฟังคำสอนของครูบาอาจารย์

ธนาคาร มี ๒ ธนาคาร

๑.) ธนาคารฝากเงิน = ฝากได้ ถอนได้

๒.) ธนาคารฝากกรรม = ฝากได้ ถอนไม่ได้ แต่ต้องทำทดแทน

มนุษย์เราทุกคนได้เวลามาคนละ ๒๔ ชั่วโมงต่อคนต่อวัน เหมือนกันเท่ากันทุกคน แต่ต่างกันที่แต่ละคนบริหารเวลา ให้มีค่ามาก ค่าน้อยต่างกัน

คนไหนรู้จักค่าของชีวิต ชีวิตก็มีค่า
คนไหนไม่รู้จัก คุณค่าของชีวิต ชีวิตก็ไร้ค่า

คำว่า วัด ก็หมายความว่าวัดทุกอย่าง ประตูวัดเปิด ๒๔ ชั่วโมง ไม่มีใครอยากเข้า ประตูคุก ปิดล็อคไม่รู้กี่ชั้น ก็ยังแย่งกันเข้าไปจนไม่มีที่จะอยู่ จะนอน จะกินกันในคุก

ทุกคนในโลกล้วนมีปัญหากันทุกคน แต่มองปัญหาคนละมุม บ้างก็มีปัญหาไว้แก้ บ้างก็มีไว้กลุ้ม แต่อย่าลืมว่า ร้อยปัญหาแต่พันทางออก ถ้าทุกคนให้โอกาสเวลา เวลาก็จะให้สิ่งที่ดีๆ กับเราทุกๆ คน เพราะเวลาคือ ผู้ให้คำตอบแก่เรา ตัดสินทุกสิ่งให้เราได้

ไม่มีอะไรสายเกินไปสำหรับการเริ่มต้นที่ดี อยู่ที่เราคิดจะเริ่มมันหรือไม่ และไม่ใช่เรื่องยากเลย
อดีต คือสิ่งที่ผ่านไปไม่สามารถย้อนกลับไปได้ (เมื่อวาน)
อนาคต เหมือนความฝันที่ยังมาไม่ถึง (วันพรุ่งนี้)
ปัจจุบัน คือสิ่งที่เราควรทำให้มันดีที่สุด (วันนี้)

เพราะฉะนั้น ชีวิตของเรามีแต่จะเดินไปข้างหน้า ไม่มีวันย้อนหลัง สิ่งที่ผิดพลาดในอดีตก็ทิ้งไป เริ่มต้นใหม่ในสิ่งที่ดีๆ เพราะทุกคนแม้นนักปราชญ์ถึงแม้นจะเก่งกาจเพียงใด ก็มีโอกาสพลาดพลั้ง เหมือนดังดินสอทุกด้าม จะต้องมียางลบติดปลายดินสอ เพราะทุกคนมีโอกาสพลาดกันทุกคน แต่พยายามอย่าใช้ยางลบให้หมดก่อนดินสอ นั่นอาจหมายความว่าเรากำลังทำผิดซ้ำๆ จนความผิดมากเกินที่จะลบหรือแก้ไขได้

ถ้าล้มจงลุกอย่าทุกข์ท้อ
จงสานต่อความฝันอันยิ่งใหญ่
แม้นวันนี้ไม่มีสิทธิ์ พิชิตชัย
ก็ยังมี วันใหม่ ให้ท้าทาย
ลมหายใจ มีไว้ ให้ความหวัง
สร้างพลัง ดวงจิต อย่าคิดถอย
อย่าอยู่อย่าง ชีวิต ที่เลื่อนลอย
โหยละห้อย เสียกาล เสียเวลา
อุปสรรค เข้าเผชิญ จงเดินสู้
ยอมรับรู้ ด้วยใจ ที่อาจหาญ
ตรึกและตรอง แก้ไข อย่านิ่งนาน
รีบประสาน เข้มแข็ง โดยแรงใจ

จงมั่นใจ ในมือ ที่เคยสร้าง
ใช้อดีต ปูทาง ให้ก้าวใหม่
ใช้ความผิด เป็นแรง บันดาลใจ
แล้วมุ่งไป ครั้งใหม่ ดีกว่าเดิม

เกิดในที่ ที่ดี นั้นดีแน่
เกิดในที่ ที่แย่ ก็ดีได้
เกิดที่ดี แล้วแย่ มีถมไป
เกิดที่ไหน ก็ดีได้ ถ้าใฝ่ดี

อย่าเสียใจ กับความพ่ายแพ้
อย่าอ่อนแอ กับความไม่สมหวัง
อย่าท้อถอย ทั้งที่มีพลัง
อย่าสิ้นหวัง เพราะยังมีลมหายใจ

ถ้าไม่มีดีอย่าอวดดี

จะอวดดี ต้องมี ดีจะอวด
ไม่มีดี อย่าริอวด จะเสื่อมศรี
อวดดีได้ แต่ต้อง ให้มีดี
ดีไม่มี ริอวดดี อย่ากระทำ

ไม่มีดี อย่าอวดดี ไม่เก่ง อย่าอวดเก่ง

ไม่มีอะไรยาก ใจเรายากไปเอง ไม่มีอะไรวุ่นวาย ใจเราวุ่นวายไปเอง ถ้าใจเราดี อะไรๆ ก็ดี ถ้าใจเราไม่ดี อะไรๆ ก็ไม่ดี

สุขทุกข์อยู่ที่ใจ ไม่ใช่หรือ
ถ้าใจถือก็เป็นทุกข์ ไม่สุกใส
ถ้าไม่ถือก็เป็นสุข ไม่ทุกข์ใจ
เราอยากได้ความทุกข์ หรือสุขกัน

คนเราจะรู้ค่าของของสิ่งนั้น ก็ต่อเมื่อเสียของสิ่งนั้นไป

ความห่างไกล สอนให้ ใจคิดถึง
ความรำพึง จะสอน ตอนห่วงหา
ความเชื่อใจ จะสอน ตอนนินทา
แต่ความกล้า จะสอน ตอนเรากลัว

พึงเอาชนะผู้น้อยด้วยการให้ พึงเอาชนะผู้ใหญ่ด้วยการอ่อนน้อมถ่อมตน

ไม่มีชัยชนะใด ที่ได้มาโดยไม่ต้องสู้
ไม่มีความสุขใด ที่ได้มาโดยไม่ต้องลงแรง

ถ้าชนะด้วยอาวุธ จะสิ้นสุดด้วยความแค้น
ใช้ธรรมมะชนะแทน ความขุ่นแค้นจะหายไป

การขอที่ไม่น่าอาย คือ การขอโทษ
การให้ที่ไม่ต้องเสียอะไรเลย คือ การให้อภัย

ดูบ้านเมือง ดูที่ความสะอาด
ดูประเทศชาติ ดูที่ความสามัคคี
ดูคนดี ดูที่ผลงาน
ดูลูกหลาน ดูที่ความเคารพ
ดูหญิง ดูที่ความอาย
ดูชาย ดูที่ความกล้า
ดูพระ ดูที่กิจวัตร
ดูคฤหัสถ์ ดูที่คุณธรรม และความขยัน

อย่าไปสนใจกับคำติฉินนินทา เพราะคนที่ชอบนินทาคนอื่น มักไม่บอกว่าใครดี นอกจากตนเอง และมักไม่ทำประโยชน์ให้ใคร นอกจากตัวของเขาเอง

ถ้าคนเราได้ทุกอย่าง ดังที่คิด
สิ้นชีวิต จะเอากอง ไว้ตรงไหน
เราได้บ้าง เขาได้บ้าง ช่างประไร
พอตายไป สักนิด ไม่ติดตัว

คนเราขยันอย่างเดียวไม่รวย ต้องมีปัญญาด้วย

มีลาภ มียศ สุขทุกข์ ปรากฏ
สรรเสริญ นินทา มีลาภ เสื่อมลาภ
มียศ เสื่อมยศ เป็นกฎธรรมดา
อย่างมัวโศกา คิดว่า “ช่างมัน”

โคลนเกิดจากน้ำ เอาน้ำนั่นแหละล้างโคลน ทุกข์เกิดจากใจ เอาใจนั่นแหละล้างทุกข์

เรามีบุญคุณกับใคร ให้รีบลืมมันเสีย อย่าหวังให้เขาตอบแทนเรา แต่ถ้าใครมีบุญคุณกับเรา ให้จำใส่ใจไปตลอด แล้วหาโอกาสตอบแทนเขา ถ้าทุกคนคิดได้เช่นนี้ จะไม่มีคนอกตัญญูในโลก

อย่าตั้งความหวังกับอะไรไว้มาก เมื่อผิดหวังมันจะเป็นทุกข์มาก ๕๐/๕๐

คำแก้ตัวที่เราเคยใช้
มักฟังไม่ขึ้นเมื่อผู้อื่นนำไปใช้บ้าง

คนโง่เอาใจไว้ที่ปาก คนฉลาดเอาปากไว้ที่ใจ

คนไม่ดีชอบพูดแต่ความไม่ดีของผู้อื่น
เพราะเขาไม่รู้จักความดี

คนฉลาดแต่ขาดคุณธรรม เป็นผู้นำไม่ได้

คนใดใช้จ่ายโดยไม่จำเป็น จะเสียของที่จำเป็น

คนจะงาม งามน้ำใจ ใช่ใบหน้า
คนจะสวย สวยจรรยา ใช่ตาหวาน
คนจะแก่ แก่ความรู้ ไม่ใช่อยู่มาได้นาน
คนจะรวย รวยศีลทาน ใช่บ้านโต

ผู้หลัก = เป็นที่พึ่งได้ , ผู้ใหญ่ = คือมีอายุ

เงิน ซื้อเตียงนอนนุ่มๆ ซื้อผ่าห่มอุ่นๆ ได้
แต่เงินไม่สามารถซื้อ การหลับที่เป็นสุขได้
เงิน ซื้อเพื่อนกิน เพื่อนเล่นได้ แต่ซื้อเพื่อนแท้ไม่ได้
เงิน สร้างบ้านหลังใหญ่โตได้ แต่ซื้อความสุขในบ้านไม่ได้
เงิน จ้างคนให้เอาใจได้ แต่ซื้อความจริงใจไม่ได้
เงิน จ้างคนให้ทำงานได้ แต่ซื้อความซื่อสัตย์ไม่ได้
เงิน ซื้อเครื่องทำความงามได้ แต่ซื้ออายุของเราไม่ได้
เงิน ซื้ออย่างอื่นได้ แต่ซื้อใจและชีวิตไม่ได้

จงให้เงินเป็นทาสเรา แต่อย่าให้เราเป็นทาสเงิน เพราะเงินจำเป็นตอนจะใช้เท่านั้น และใช้ได้เฉพาะบางพื้นที่ บางเวลา

คนเรามีบุญเหมือนกัน คือได้เกิดมาเป็นคน แต่ต่างกันที่วาสนา คนเราเลือกเกิดไม่ได้ แต่คนเราเลือกที่จะกระทำได้

คนเรานี้รู้แต่อายุเวลาที่เราอยู่มาในโลกนี้ กี่ปีกี่เดือนกี่วัน แต่เราไม่สามารถรู้ว่าเราจะเหลือเวลาอยู่ในโลกนี้อีกเท่าไร

คนเราอย่ามัวแต่แสวงหากำไรกับเงินทองจนขาดทุนชีวิต เพราะฉะนั้นควรให้รางวัลแก่ชีวิตบ้าง

คำคำแรกของวันใหม่ควรกล่าวคำที่ดีเป็นมงคล ถ้าบ่นตั้งแต่เช้าจะเครียดทั้งวัน ถ้าเช้ามาแล้วสุขสันต์ทั้งวันจะเจอแต่สิ่งที่ดีๆ

การอยู่กับคนหมู่มาก อย่าพึงเอาความคิดตนเป็นใหญ่ เราต้องฟังความคิดของผู้อื่นบ้าง สิ่งไหนเอาเปรียบเขา อย่าทำ... สิ่งไหน เสียเปรียบเขา ก็อย่าทำ.. ทำดีที่สุดของเรา ก็พอแล้ว

ค่าของคน อยู่ที่ผลของงาน ค่าของงาน อยู่ที่การกระทำ ค่าของการกระทำ อยู่ที่การทำความดี ค่าของการทำความดี อยู่ที่มีศีลธรรม

ศีลให้ถือข้อเดียว คือ ไม่ทำชั่วทุกอย่าง
ธรรมให้ปฏิบัติข้อเดียว คือ ให้ดีทุกอย่าง

การทำความดีนั้น ต้องทำให้ถูกที่ (สถานที่) ถูกต้อง ถูกเวลา ถูกโอกาส ถูกบุคคล ความดีจึงจะเกิดผลดี

บางครั้งศีลกับหน้าที่มันขัดกัน แต่ให้ตกที่คำว่า เจตนา เมื่อไม่มีเจตนา ย่อมไม่ผิดศีล หรือ มีเจตนาทำหน้าที่ให้ดี ก็ย่อมไม่ผิดเช่นกัน

เมื่อมีศรัทธา ต้องมีปัญญาพิจารณาควบคู่กันไปด้วย มิฉะนั้นจะเกิดเป็น “ความหลง”

เมื่อคนเรา รู้จักมีเหตุ-ผล
จะไม่เป็น... คนหลงผิด

ทุกวันนี้ คนส่วนมากมักมองคนอื่นมากกว่ามองตนเอง พยายามจะเอาชนะผู้อื่นทุกวิถีทาง แต่ลืมเอาชนะใจตนเอง แม้บางครั้งตนเองต้องสูญเสียเพื่อแลกกับชัยชนะที่ไม่มีรางวัลตอบแทนหรือ ไม่คุ้มค่ากับผลเสียเลย แล้วการมีชัยชนะ บนซากปรักหักพังนั้นจะมีค่าอะไร

การเอาชนะผู้อื่นด้วยกำลัง ผู้แพ้จะกลายเป็นศัตรู
การเอาชนะผู้อื่นด้วยความดี ผู้แพ้จะกลายเป็นมิตร

ทุกๆ ที่ในโลกนี้ไม่มีที่ใดไม่มีปัญหา หากเราจะแก้ปัญหาให้จบ คือ แก้ที่ใจเรานี่เอง

ปัญหาบางอย่าง เราไม่จำเป็นต้องแก้ แต่เวลาจะแก้ให้เราเอง

เป็นคนชั่วอยู่บนความดี ดีกว่า...
เป็นคนดีอยู่บนความชั่ว

บุญ – บาป ก็เปรียบเหมือน ลม ไม่มีตัวตน มองไม่เห็น แต่สัมผัสได้

อ่อนโยน แต่อย่าอ่อนแอ เข้มแข็งแต่อย่ากระด้าง

ประตูของใจ คือ ตา

สุขยามหนุ่ม จะได้ทุกข์ตอนแก่
ทุกข์ยามหนุ่ม จะสุขสบายตอนแก่

บุญ กับ ความดี แบ่งกันยืมกันใช้ไม่ได้ ต้องทำเอง

ซื่อกินไม่หมด คดกินไม่นาน

คบคนจนใจดี ดีกว่าคบเศรษฐีใจคด
มีหมาเป็นเพื่อน ดีกว่ามีเพื่อนหมาหมา

อดทนได้เป็นท่อนคำ อดไม่ได้เป็นลำไม้

การทำบุญ หรือ การทำความดี นั้นก็เหมือนการทำความสะอาดบ้าน ถ้าทำความดีทุกวัน ก็เหมือนเราทำความสะอาดบ้านทุกวัน บ้านเราก็สะอาดทุกวัน

ความคิดคนส่วนใหญ่ในปัจจุบัน

ชอบให้คนอื่นหลอกมากกว่าพูดความจริง
ชอบมองคนอื่นมากกว่าดูตัวเอง
ชอบเอาชนะคนอื่นมากกว่าเอาชนะตนเอง
วัดคุณค่าของคนที่เงิน ทอง ฐานะ
ชอบดูถูคนที่ต่ำต้อยกว่าตนเอง
ชอบทำตัวแข่งกับความเจริญของสังคม
เอาผลประโยชน์ของตนมาก่อน ผิดถูกว่าทีหลัง
ความดีใส่ตัว ชอบโยนความชั่วให้คนอื่น
ชอบคิดว่าเงินซื้อได้ทุกอย่าง
ชอบคิดว่าตนเองเก่งและอยู่เหนือผู้อื่น
ค่าของคน อยู่ที่คนของใคร
ชอบคนที่ไม่ดีมากกว่าคนดี นิยมชั่วมากกว่าดี
เห็นถูกเป็นผิด เห็นผิดเป็นถูก ไม่ยอมรับความจริง
เห็นคนดี ความดี ไม่มีประโยชน์

อดีต คือสิ่งที่ผ่านมาแล้ว มีผลดีก็คือเป็นประสบการณ์สอนเราในเรื่องต่างๆ ทั้งที่ดีและที่เลวร้าย แต่ไม่สามารถย้อนกลับไปแก้ไขมันได้

อนาคต คือสิ่งที่ยังมาไม่ถึง เหมือนความฝัน มีผลดีก็คือ เป็นกำลังใจให้เราสู้เพื่อไปถึงฝัน เพราะฉะนั้น ใครไม่มีความฝัน คนนั้นจะขาดซึ่งกำลังใจ ฝันให้ไกล แต่อย่าไกลเกินฝัน...

ปัจจุบัน คือการทำวันนี้ให้ดี ขณะนี้ให้ดีที่สุด เพราะเมื่อวานก็เกิดจากวันนี้ วันพรุ่งนี้ก็เกิดจากวันนี้ เพราะฉะนั้น ทำวันนี้ให้ดีที่สุด

อย่าทำในสิ่งที่ไม่มีสิทธิ์ อย่าคิดในสิ่งที่ไม่มีค่า อย่ารอในสิ่งที่ยังไม่มา อย่าไขว่คว้าในสิ่งที่ไม่มีจริง

ความโชคร้ายที่สุดในชีวิต เมื่อวันและเวลาผ่านไป อาจกลายเป็นความโชคดีที่สุดในชีวิต

ปัจจุบันนี้หรือ ... นี่คือคนส่วนมาก
เร็วก็หาว่า ล้ำหน้า ... ช้าก็หาว่า อืดอาด
โง่ก็ถูกตวาด ... ฉลาดก็ถูกระแวง
ทำก่อน ... ก็ถามว่าใครสั่ง
ทำทีหลัง ... ก็หาว่าไม่รู้จักคิด
คนดีถีบไปไกลตัว ... ชอบเอาคนชั่วมาอยู่ใกล้ชิด
เกลียดคนตรง ... หลงคนงอ ชอบให้เขายอ
แต่ถูกเขาโยน ... ตัวของตัวเองไม่พอใจ
ชอบทำตัวใหญ่ ... ด้วยการใส่หัวโขน
คนดีจึงหนีเข้าป่า คนที่เดินอย่างสง่า
จึงมีแต่... พวกโจร...

อยากได้ดี ไม่ทำดี นั้นมีมาก
ดีแต่ยาก แต่ไม่ทำ น่าขำหนอ
อยากได้ดี ไม่ทำดี ดีแต่รอ
ดีแต่ขอ รอแต่ดี ไม่ดีเลย

ถ้าอยากได้ดี ต้องทำดีไว้ก่อน ถ้าอยากให้บุญช่วย ก็ต้องทำบุญไว้เป็นทุนเสียก่อน

ชาติที่แล้วก็เหมือนเมื่อวาน ชาตินี้ก็เหมือนวันนี้ ชาติหน้าก็เหมือนวันพรุ่งนี้

โกธํ ฆตฺวา สุขํ เสติ
การฆ่าซึ่งความโกรธได้ ย่อมอยู่เป็นสุข

เขาว่าเรา เราอย่าโกรธ ลงโทษเขา
ในเมื่อเรา ไม่ได้เป็น เช่นเขาว่า
หากว่าเรา เป็นจริงจัง ดังนินทา
เมื่อเขาว่า อย่าโกรธเขา เราเป็นจริง

ใครจะชอบ ใครจะชัง ก็ช่างเถิด
ใครจะเชิด ใครจะแช่ง ก็ช่างเขา
ใครจะเบื่อ ใครจะบ่น ก็ทนเอา
ขอใจเรา ร่มเย็น ก็เป็นพอ

หลักการสร้างความสุขในครอบครัว

๑.) สัญญากับตนเองและไม่ทำผิดอีก มีศีล
๒.) ชมกันบ้าง
๓.) ให้กำลังใจกัน
๔.) ฟังเขาพูดมากกว่าพูดให้เขาฟัง
๕.) ถามไถ่ทุกข์สุขกัน
๖.) รู้จักกล่าวคำว่า
ขอโทษ – ไม่เป็นไร – ขอบคุณ
๗.) อดทน อดกลั้น ต่อความโกรธ
๘.) หาโอกาสทำกิจกรรมในครอบครัว
๙.) รู้จักลดทิฐิ ยอมกันบ้าง
๑๐.) ยิ้มให้กันเมื่อพบหน้ากัน

อดีต ... ปัจจุบัน ... อนาคต

อดีต คือความหลัง ที่ฝังจิต
อาจถูกผิด ดี-เลว หรือเหลวไหล
เป็นบทเรียน อย่างดี ที่สอนใจ
เพื่อแก้ไข พฤติกรรม ที่ทำมา

ปัจจุบัน คือความจริง สิ่งที่เห็น
อาจโลดเต้น ยักย้าย พลิกซ้าย-ขวา
เป็นสิ่งที่ ไม่มีไว้ ในตำรา
ต้องค้นหา ต้องต่อสู้ อยู่เรื่อยไป

อนาคต จักงดงาม สมความหวัง
หรือพลาดพลั้ง จนรันทด ไม่สดใส
แต่ก็เป็น ความฝัน อันยองใย
ที่ทำให้ มุ่งมั่น ฝ่าฝันมา

อดีตกาล ที่ผ่านมา อย่าครวญคิด
เพราะชีวิต ปัจจุบัน สำคัญกว่า
ทำวันนี้ ให้ดีไว้ ใสโสภา
เพื่ออนาคต ที่ดีกว่า ที่แน่นอน

ธรรมภาคล้านนาภาษิต

สังขารธรรม นำมาพิรุธ คนเฮามนุษย์
เกิดแก่เจ็บตาย เดี๋ยวสุขเดี๋ยวทุกข์ เดี๋ยวไข้เดี๋ยวหาย
หาที่สบาย เที่ยงแท้บ่ได้ อายุคนเฮา สั้นยาวไกลใกล้
ก็เกินร้อยไป บ่นัก คนอยู่ร้อยปี๋ มีแต่แก่งั๊ก
หลังหักก่องก้ม งมกาน ก๋ายเป็นภาระ ของลูกของหลาน
ทุกข์ทรมาน หมดอย่างเสี้ยงหั้น อยู่ยาวทุกข์ยาว
อยู่สั้นทุกข์สั้น กรรมไผเวรมัน ชาตินี้

เกิดมาเพื่อต๋าย บ่ได้หลีกลี้ ลอกคราบอยู่นี้
จีรัง เพราะว่าชีวิต เป็นอนัจจัง ย่อมเน่าผุพัง ไปตามกัน
เจ้า เกิดมาเป็นคน ทนไปอย่าเศร้า แถมบ่เมินเฮา
ก็พ้น สังขารนี้หนา ปาตุกข์ล้ำล้น แต่หัวเถิงก้น
เลยนาย เงินทองสินทรัพย์ เป็นของนอกก๋าย
ชีวิตบ่วาย ก็หาใหม่ได้ แต่ว่าลูกหลาน ปี้น้อง
ร่วมไส้ หาไหนแทนได้ แถมนา คำพระว่าไว้
บ่ใจ่แกล้งจ๋า ต๋ามตี้หันมา มีหลายบ่น้อย

หันเปิ้นตุ๊กข์จ๋น ขัดสนต่ำต้อย ขี้มักจั๊กกอย
เดือดจ๊ะ ดูถูกเหยียดหยาม ทิ้งตุมขว้างละ
บ่เหลียวอว่ายหน้า มาไจ มันก็ปี่น้อง บ่ใจ๋ไผไหน
หวิดขาดสิ่งใด จ่วยกันเตอะเจ้า

เกิดมาเป็นคน บ่เมินก็เฒ่า จะเอาสังมา
อ่านนับ อันว่าข้าวของ เงินทองสินทรัพย์
เอาไปบ่ได้เลยเฮา ลากศพเข้าป่าจ้า บ่ฝังก็เผา
ชีวิตของเฮา ก็มีเต่าอั้น

เกิดมาเป็นคน อย่าไปกึดสั้น อู้จ๋าตัดบัน
ญาติมิตร อยู่อยู่กิ๋นกิ๋น ประคองชีวิต มุ่งคิด
แต่สร้าง ตางดี ฮักกั๋นเอาไว้ ยามต๋ายเป็นผี
อย่างน้อยก็มี คนมานั่งไห้

สุขเมื่อกิ๋นข้าว สุขเมื่อเข้าหลับเข้านอน

ใจ๋บ่ใหญ่ บ่ได้เป็นหัวหน้า
ใจบ่กล้าบ่ได้เป็นป่อเลี้ยง

ของบ่ดีอยาก อย่าไปอยากเน้อ ต้อง
ของบ่ดีหย้อง อย่าไปหย้องเน้อ ตั๋ว
ของบ่ดีกลั๋ว อย่าไปกลัวเน้อ ใจ๋
ของบ่ดีไป อย่าไปไปเน้อ ตี๋น
ของมีค่ามีสิน อย่าไปลักเน้อ มือ
ของบ่ดีดมดีอือ จะไปดมไปอือเน้อ ดัง
ของบ่ดีฟัง อย่าไปฟังเน้อ หู
ของบ่ดีดู อย่ไปดูเน้อ ตา
ของบ่ดีจ๋า อย่าไปจ๋าเน้อ ปาก

หลวกบ้านนอก บ่เต่าวอกในเวียง
วอกในเวียง บ่เต่าขี้เมี้ยง ในคอก
ขี้เมี้ยงในคอก บ่เต่าวอก ขี้เมา
วอกขี้เมา บ่เต่าเฮา จะหื้อ
เฮาจะหื้อ บ่เต่า ดึ้งจื่อขื้อ ลุกหนี

หลวกคนเดียว บ่เต่าง่าวตึงหมู่

อันชีวิต ไร้สาระ ขนาดนี้
ยังไม่สาย เกินที่ จะแก้ไข
แม้นชีวิต เหลือน้อย ลงเพียงใด
ควรภูมิใจ ที่ได้ ทำดีทัน
ใครจะเห็น หรือไม่เห็น เป็นไรเล่า
ควรเลือกเอา ความดี ที่สร้างสรรค์
ใครจะเห็น หรือไม่ ไม่สำคัญ
ใจเรานั้น รู้ว่าดี เท่านี้พอ

คนกันเอง

คนกันเอง เกรงใจกันไว้บ้าง
คนกันเอง อย่าแอบอ้างให้เกินสิทธิ์
คนกันเอง เกรงใจกันสักนิด
อย่าใช้สิทธิ์ คนกันเอง ควรเกรงใจ

พอดี ... พอดี

แคบนัก มักคับ ขยับยาก
กว้างมาก หาสิ่งใด มาใส่สม
เบานัก ก็มักปลิว ไปตามลม
หนักนัก ก็มักจม ธรณี

ความเพียร เป็นสมบัติ ของนักสู้
ความรู้ เป็นสมบัติ ของนักปราชญ์
ความฉลาด เป็นสมบัติ ของนักคิด
ระเบียบทุกชนิด เป็นสมบัติ ของคนดี

คนดี ชอบแก้ไข
คนจัญไร ชอบแก้ตัว
คนชั่ว ชอบทำลาย
คนมักง่าย ชอบทิ้ง
คนจริง ชอบทำ
คนระยำ ชอบติ

ก้าวสั้นๆ อย่างมั่นใจ

หนึ่งก้าวที่ยาวไกลอาจหวั่นไหว และล้มลง
หนึ่งก้าวที่มั่นคง ถึงจะสั้น แต่มั่นใจ
เมื่อตกเป็นผู้แพ้ อย่าอ่อนแอ ให้ใครเห็น
ถ้าอยากเป็น คนเข้มแข็ง ต้องแกร่งไว้
ถ้าอยากจะร้องไห้ ก็ขอให้ร้องให้หนำใจ
แต่ขอให้ ได้อะไร จาก...น้ำตา...

ไม่มีอะไร เหนือกว่า ความพยายาม

คน ๓ วัย

วัยต้น = ให้สร้างหลักฐาน = ศึกษาเล่าเรียน
วัยกลางคน = ให้สานหลักแหล่ง = สร้างฐานะ
ครอบครัวให้มั่นคง สมบูรณ์
วัยแก่เฒ่า = ให้แต่งหลักธรรม
= ศึกษาธรรม ทำใจให้สงบ

คิด ก่อน ทำ

คิดก่อนแล้ว จึงค่อยทำ จงจำไว้
ทำอะไร จะต้องคิด ทั้งหน้าหลัง
อย่าปล่อยตัว ให้ทำ ตามลำพัง
ต้องเอาใจ เหนี่ยวรั้ง เสมอไป
ก่อนจะทำ สิ่งใด ใคร่ครวญคิด
ถูกหรือผิด สิ่งนี้ ดีหรือไม่
ถ้าเห็นว่า ไม่ดี มีโทษภัย
ต้องหาทาง ทำใหม่ ทำให้ดี

วันที่สดใส

วันพรุ่งนี้เป็นอย่างไรยังไม่เกิด
ช่างมันเถิดอย่าไปคิดไปก่อนใช้
เมื่อวานนี้สิ่งที่แล้วให้แล้วไป
อย่าเอาใจไปข้องทั้ง ๒ วัน
หากวันนี้สดชื่นระรื่นจิต
อย่าไปคิดวันหน้ามาครั่งฝัน
สิ่งที่แล้วแล้วไปให้แล้วกัน
สิ่งที่ฝันไม่มาอย่ารอคอย

ของที่แข็งที่สุด ย่อมยอมแพ้
ต่อของที่อ่อนที่สุด

ผู้นำนั้น ต้องมีหัวใจดุจราชสีห์ เมื่อจะทำสิ่งใด ในสิ่งที่ดีแล้วนั้น ขอให้ก้าวไปเถิด อุปสรรคขวากหนาม เป็นเพียงสิ่งที่ทดสอบกำลังใจเท่านั้นจงก้าวต่อไปเถิด แม้ล้มลง ก็จงพยายามลุกขึ้น เพราะลมหายใจยังมีอยู่ แล้วค่อยๆ ก้าวต่อไปๆ เทพเจ้าแห่งความสำเร็จ ชอบผู้กล้า กล้าๆ กลัวๆ ไม่ใช่ผู้นำ

ใจ๋ บ่ใหญ่ บ่ได้เป็นหัวหน้า
ใจบ่กล้า บ่ได้เป็นป่อเลี้ยง

อยู่ที่ใจ...

ขอจงปล่อยวางความคิด อย่ายึดอย่าติดสิ่งที่ผ่าน
เรื่องราวปวดร้าววันวาน ให้ผ่านตามกาลเวลา
ถ้าหากเรายึดถือไว้ สุขทุกข์ที่ใจนั่นหนา
มันอยู่ที่เรานำพา คิดว่ามันเป็นเช่นไร
คิดว่าใจสุขก็สุข คิดทุกข์ไม่ต้องสงสัย
ใจเรานั้นคิดเช่นไร ใจเป็นอย่างนั้นเช่นกัน

มองให้เห็นธรรม

ลึกล้ำ เพราะล้ำลึก
ธรรม ธรรมนี้ หากนึก
ยิ่งล้ำลึก กลับไม่เห็น
หากแต่ว่าทำใจให้ว่างและวางเป็น
ก็จะสงบเย็น ในภายใน
ธรรม ธรรมนี้ ละเอียดอ่อนและสุขุม
ล้ำลึกชุ่ม ในดวงใจ
หมดจด บริสุทธิ์ และผ่องใส
เมื่อดวงใจ ไร้หมอกแห่งมายา

กาลเวลา...

ม้าที่เลี้ยง ไว้สำหรับ การขับขี่
เขาก็มี วิธีดู อยู่หลายอย่าง
เช่น..ทรหด อดทน ต่อหนทาง
การก้าวย่าง วางท่า สง่างาม

มีลักษณะ ว่าฉลาด ฝึกหัดง่าย
ขนที่ปลาย หางม้า น่าเกรงขาม
ฝีเท้าจัด จนขึ้นชื่อ ระบือนาม
ถูกต้องตาม ตำรา ว่าม้าดี

การเพ่งดู ผู้คน เพื่อค้นพบ
ถ้าจะคบ ต้องใคร่ครวญ ให้ถ้วนถี่
คนปากหวาน อ้อนออด ทอดไมตรี
อาจจักมี เล่ห์ร้าย ซ่อนภายใน

ส่วนคนที่ พูดจา ขวานผ่าซาก
เพียงลมปาก เท่านั้น อย่าหวั่นไหว
การกระทำ ในทุกสิ่ง อาจจริงใจ
คบหาได้ ไม่ต้องพรั่น หวั่นประวิง

หนทางไกล ลำบากสุด พิสูจน์ม้า
กาลเวลา พิสูจน์คน ได้ผลยิ่ง
การคบค้า กับผู้ใด ต้องใจจริง
จักพบสิ่ง ที่ประเสริฐ ล้ำเลิศเอย

ระยะทางพิสูจน์...กำลัง...ม้า...
กาล... เวลา... พิสูจน์... หัวใจคน

นกมีขน...คนมีพวก

วิสัยนก ย่อมโบยบิน สู่ถิ่นกว้าง
แผ่ปีกหาง รับลม ผสมผสาน
สามารถบิน สูงต่ำ อย่างชำนาญ
โบยบินผ่าน น่านฟ้า สง่างาม

แต่ลูกนก ที่เยาว์วัย ยังไร้ขน
แม้นฝึกฝน สักเพียงใด บินไม่ข้าม
ต้องรอให้ ขนเต็มตัว หลายชั่วยาม
จึงบินตาม ใจตัว ได้ทั่วแดน

ปุถุชน คนใน ไร้พวกพ้อง
ย่อมขัดข้อง เหนื่อยยาก ลำบากแสน
ยามมีทุกข์ เดือดร้อน หรือคลอนแคลน
ใครจะแอ่น อกช่วย เพราะป่วยการ

คนมีพวก สะดวกใจ ไปทุกอย่าง
สามารถสร้าง ผลงานใหญ่ ได้ทุกด้าน
เพราะมีคน ช่วยเหลือ คอยเจือจาน
เป็นรากฐาน ทางสังคม สมหน้าตา

นกจะบิน ได้ดี เพราะมีขน
เกิดเป็นคน ต้องมีพวก สะดวกกว่า
เป็นคำคม โบราณ ท่านสอนมา
เพื่อเตือนว่า อย่าสุ่มเสี่ยง เพียงลำพัง

หลักของการทำมาค้าขาย

อาชีพ ที่เรียกว่า การค้าขาย
มีความหมาย รวมหลายอย่าง ที่สร้างสรรค์
ไม่ใช่แค่ การหมุนเวียน แลกเปลี่ยนกัน
หรือแบ่งปัน กำไร รายได้งาม

คนที่รัก ในงาน ทำการค้า
ต้องพูดจา ให้น่ารัก ตอบซักถาม
ต้องยิ้มแย้ม แจ่มใส ไม่วู่วาม
ต้องมีความ แน่นหนัก จักเป็นคุณ

รู้อุปสงค์ อุปทาน การตลาด
ต้องฉลาด ปราศเล่ห์กล ผู้คนหนุน
ต้องคล่องแคล่ว ต้องรู้จัก การตักตุน
ต้องมักคุ้น ผู้เป็นใหญ่ ฝากไมตรี

ทำการค้า ต้องยึดถือ ความซื่อสัตย์
ปฏิบัติ ให้ประจักษ์ เป็นสักขี
ต้องสั่งสม ประสบการณ์ นานหลายปี
จึงจะมี ความสำเร็จ สมเจตนา

การเอาเปรียบ ลูกค้า อย่าพึงหวัง
เช่นไปตั้ง ราคาขาย ไม่สมค่า
เอาของปลอม ย้อมแมวขาย ไร้จรรยา
เป็นการค้า น่ารังเกียจ เบียดเบียนกัน

ลูกค้าคือ ผู้มีคุณ อุดหนุนท่าน
อย่ารำคาญ อย่าหยามเหยียด อย่าเดียดฉันท์
ต้องสัตย์ซื่อ ถือคุณธรรม เป็นสำคัญ
จำให้มั่น จนขึ้นใจ จะเจริญ

รู้หน้า ไม่รู้ใจ

การรู้จัก มักคุ้นใคร เพียงใบหน้า
กิริยา ที่หมดจด ดูสดใส
แล้วสรุป ในทำนอง ว่าต้องใจ
อาจจักต้อง หมองไหม้ ไปอีกนาน

คนเจ้าเล่ห์ เพทุบาย ที่ร้ายกาจ
มักสามารถ วางสีหน้า พูดจาหวาน
ดูประหนึ่ง เป็นคนดี ที่ต้องการ
อาจล้างผลาญ ในภายหลัง ตายทั้งเป็น

การคบค้า สมาคม เพียงลมปาก
เชื่อได้ยาก ด้วยจิตใจ มองไม่เห็น
ต้องหาทาง พิสูจน์ พูดยากเย็น
เหมือนการเล่น ละคร ซ่อนเงื่อนปม

ระยะทาง ที่ไกลสุด พิสูจน์ม้า
กาลเวลา พิสูจน์คน เหตุผลสม
อย่าหลงใหล แค่ใบหน้า และคารม
อย่าชื่นชม โดยที่ใจ ไม่ไตร่ตรอง

รู้จักหน้า ไม่รู้ใจ ให้แง่คิด
จักพลาดผิด การกระทำ เป็นซ้ำสอง
คนหน้าสวย รวยเสน่ห์ เก๋ชวนมอง
อาจเคลือบทอง เปลือกนอกไว้ ข้างในเลว

การผูกมิตรไมตรี คิดให้ดีเสียก่อน

การผูกมิตร สนิทใจ กับใครนั้น
ทำให้มั่น จนขึ้นใจ ไว้เถิดหนา
เมื่อเราเป็น เศรษฐี มีเงินตรา
มักมีมิตร มากหน้า มาล้อมรุม

จะพูดจา ว่าอย่างไร ดีไปหมด
เกียรติยศ เหลือล้น จนหน้ากลุ้ม
โลกงดงาม มีความสุข ทุกซอกมุม
เหมือนควบคุม โลกไว้ ในมือเรา

แต่ถ้าหาก ยากจน ขั้นข้นแค้น
จะโลดแล่น หนทางใด ก็อับเฉา
ไม่มีมิตร มาเหลียวแล แม้แต่เงา
ผู้คนเขา ไม่สนใจ ไม่ใยดี

จะบากหน้า ไปหาใคร หวังให้ช่วย
เพื่อนที่รวย ยามเผชิญ เมินหน้าหนี
คนใกล้ชิด คิดสลัด ตัดไมตรี
เงินไม่มี มิตรไม่มอง หม่นหมองใจ

อยากมีเพื่อน ทุกกลุ่ม มารุมล้อม
ก็ต้องพร้อม ควักกระเป๋า เลี้ยงเขาได้
เป็นเศรษฐี มีเงินมาก มักมีชัย
คนทั่วไป ยอมรับ คำนับคุณ

ประสบการณ์ คือบทเรียน เขียนให้รู้
ผิดเป็นครู สอนใจ ไว้ทุกรุ่น
ไม่มีเงิน มิตรเมินหน้า โถทารุณ
มิตรมีคุณ คนจริงใจ ไม่ควรลืม

วอนผู้ใหญ่

ฝากแง่คิด คำกลอน วอนผู้ใหญ่
เพื่อเตือนจิต สะกิดใจ มิให้หลง
เตือนไว้ก่อน ชีวิต จะปลิดปลง
เพื่อดำรง คุณความดี ที่มีมา

เป็นผู้ใหญ่ อย่าใจน้อย จงปล่อยบ้าง
คือรู้จัก ปล่อยวาง สิ่งขวางหน้า
อย่าแบกโลก ไว้มากนัก หนักอุรา
ต้องถือว่า คนรุ่นหลัง เขายังมี

เรื่องกินอยู่ หลับนอน ควรผ่อนผัน
อย่ายึดมั่น ถือมั่น รั้นเต็มที่
ควรอยู่ง่าย กินนอนง่าย สบายดี
อย่าจู้จี้ งี่เง่า เอาแต่ใจ

ไม่เป็นคน หูเบา เอาแต่ด่า
การพูดจา ให้เขาเห็น เป็นผู้ใหญ่
อย่าเห่อแต่ ลูกหลาน พวกบ้านไกล
ลูกที่อยู่ รับใช้ ให้ชื่นชม

ลูกที่ยัง ทำงานได้ ไม่สำเร็จ
อย่าไปเอ็ด จนย่อยยับ พูดทับถม
อย่าตั้งแง่ เอาแต่งอน ย้อนคารม
ควรเป็นพรหม ของลูก ปลูกความดี

ฝากแง่คิด คำกลอน วอนผู้ใหญ่
เพื่อปรับใจ ให้เป็นหลัก สมศักดิ์ศรี
เมตตาธรรม น้อมนำให้ สร้างไมตรี
เป็นสิ่งที่ พุทธองค์ ทรงตรัสเตือน

พระนิพพาน คือ อยู่ก็ไม่ทุกข์ ตายก็ไม่ทุกข์

ธรรมดา วิสัย ปุถุชน นั้น เมื่อคนใด ฝ่ายใด ทำให้ตนเองได้ผลประโยชน์ ก็ย่อมมองว่า ฝ่ายนั้น คนนั้นดี แต่เมื่อคนใด ฝ่ายใด ทำให้ตนเสียผลประโยชน์ ก็ถึงแม้ว่า เราจักดีเพียงใด ก็จะพยายามบอกว่า ไม่ดี นี่แหละคน อันน่าเบื่อ

ชีวิตจะมีค่า เพราะทำเวลาให้มีคุณ
คุณสมบัติประจำชีวิต คือ ความสุจริตประจำใจ
อย่าเป็นทุกข์กับสิ่งที่เสียไป จงพอใจในสิ่งที่มีอยู่
ความขยันเป็นสมบัติของคน
ความอดทนเป็นคุณสมบัติของพระ
ยอมรับสารภาพผิด ดีกว่า คิดแก้ตัว
เป็นคนชั่วบนความดี ดีกว่า เป็นคนดีบนความชั่ว

ทุกปัญหา ย่อมจักมี ทางแก้ไข
หากไม่ด่วน ตัดสินใจ แก้ปัญหา
แม้มืดมน ต้องสว่าง บ้างสักครา
ใช้ปัญญา ย่อมดีกว่า ใช้อารมณ์

บางครั้ง คำว่า ยอม นั้นก็ไม่ได้หมายความว่า ...แพ้... เสมอไป และผู้ที่ยอมนั้นก็มิได้ หมายความว่า ...เป็นผู้แพ้... เสมอ

เพราะบางครั้ง การยอมแพ้ ก็เป็นชัยชนะที่ยิ่งใหญ่ ได้เหมือนกัน

และบางครั้งการยอมถอยหลังสักก้าว ๒ ก้าว ก็อาจนำมาซึ่ง ชัยชนะอันยิ่งใหญ่ก็ได้

ไม่มีความลับในโลก

ไม่มี ความลับใด ที่ไม่รู้
อาจขึ้นอยู่ กับเวลา ค้นหานั่น
บางเรื่องอาจ สอบถาม เพียงข้ามวัน
บางเรื่องอาจ บางบั่น หลายวันคืน

ทำดี-ชั่ว ตัวเรารู้ อยู่เต็มอก
ตรองให้ตก ในหัวใจ อย่าไปฝืน
การคบคิด ปิดบัง ไม่ยั่งยืน
เมื่อผู้อื่น เขาล่วงรู้ อดสูใจ

การคิดดี ทำดี เป็นศรีศักดิ์
เป็นที่รัก ที่ต้องการ เกินขานไข
ไม่ต้องหลบ สายตาม หนีหน้าใคร
ไม่ต้องกลัว ว่าผู้ใด จะรังควาน

ช้างที่ตาย ทั้งตัว ใบบัวปิด
ไม่มิดชิด ต่อสายตา น่าสงสาร
จงทำดี ตลอดไป ปลอดภัยพาล
ขอให้ท่าน จำบทกลอน ไว้สอนใจ

คำว่า ...ให้...และผู้ให้...

คนส่วนมากแล้วนั้นคิดว่า การให้ คือ การเสีย นั้น ก็เพราะว่า เขามิเคยคิดจะเป็นผู้ให้ เคยชินอยู่กับการเป็นผู้มีความสุขในการ ...รับ...อย่างเดียว

การให้และการขอนั้น แน่นอนว่าความรู้สึกย่อมต่างกัน คือ เมื่อเราเป็นผู้ขอนั้น ความรู้สึกย่อมวิตกคิดว่า...สิ่งที่เราขอ เขาจะให้เราหรือไม่..จนกลายเป็นความอึดอัด และเหมือนกับเราเป็นคนไร้ค่า...

...แต่ตรงกันข้ามกับ เมื่อเราเป็นผู้ให้จะมีความรู้สึกว่า ตนเองเป็นผู้มีค่า...ขึ้นมาทันที

การให้หรือการเป็นผู้ให้แก่คนที่เรารักและจำเป็นต้องให้โดยหน้าที่..จิตใจของเรายังไม่ใช่เป็นผู้ให้อย่างแท้จริง หรือแม้แต่การให้โดยหวังผลประโยชน์ตอบแทนก็เช่นเดียวกัน

แต่ถ้าเราให้..ได้แก่ บุคคลที่ไม่เกี่ยวข้องกับเราเลย และโดยปราศจากผลตอบแทน โดย...คิดแต่เพียงว่า..เราเป็นผู้ให้...นั่นแสดงว่าเรา

เป็นผู้ให้ด้วยใจที่ประเสริฐ

การฝึกเป็นผู้ให้ แม้ว่าแรกๆ เริ่มนั่นอาจจะยาก เพราะด้วยเหตุผลว่า เสียดายบ้าง หรือด้วยเหตุผลอย่างอื่นบ้าง แล้วแต่จะยกมาอ้างกัน แต่เมื่อฝึกให้บ่อยๆ จากน้อยไปหามากเท่าที่เราจะให้ได้อย่างไม่เดือดร้อนตนเอง

กระแสแห่งความสุขด้วยการให้จะค่อยๆ ซึมซับอยู่ในหัวใจทีละน้อยๆ จนมากขึ้นๆ จนก่อตัวขึ้นในหัวใจเรา เป็นผู้ให้อย่างแท้จริง

เมื่อจิตใจของเราเป็นผู้ให้ และมีความสุขอยู่กับการให้แล้ว จะรู้สึกว่า เมื่อได้ให้แล้วเรามีความปีติ และรู้สึกว่าตนเองมีค่าและสำคัญมากขึ้น และเมื่อเรามีจิตของความเป็นผู้ให้แล้ว ความคิดที่ว่า การให้ คือการเสีย นั่นจะไม่มีในใจของเราเลย จะมีแต่ความสุขและได้มากกว่าที่เราให้ไป นั่นคือ กระแสแห่งความเมตตาและความรัก ความยิ่งใหญ่ ของคำว่า..ผู้ให้...

แล้วคุณเคยฝึกเป็นผู้ให้บ้างหรือยัง...

ดัง พุทธศาสนสุภาษิต...ว่า...

ททมาโน ปิโย โหติ = ผู้ให้ย่อมเป็นที่รัก
เป็นหนี้ เงิน–ทอง หาใช้กันได้..
เป็นหนี้น้ำใจใช้กันไม่หมด

จิตใจ คนเรานั้น ย่อมเปลี่ยนแปลงไปตาม สถานการณ์ เวลา อารมณ์ โอกาส สถานที่ บุคคล บางทีก็เป็นคน บางหนก็เป็นเทวดา บางเวลาเป็นผี บางทีเป็นมาร บางกาลเป็นพระ บางขณะเป็นสัตว์เดรัจฉานที่สำคัญที่จะคุมจิตของเรามิให้หลงผิด คือ สติ รู้ตัว รู้ทันจิตอยู่เสมอ

คนส่วนมากในโลกใบนี้ เมื่อมีความทุกข์มักจม ปรักอยู่กับความทุกข์ ทำให้ทุกข์เพิ่มขึ้นเรื่อยๆ แต่ กลับไปหาวิธีที่จะทำให้ตนเองพ้นจากทุกข์และความ ไม่สบายใจนั้น อย่าปล่อยให้มันเกิดขึ้นในใจบ่อยนัก เพราะจะทำให้เป็นคนอ่อนแอ ท้อแท้สิ้นหวัง

บางทีเรานั้นก็ไม่สามารถเอาความคิดเห็นของเรานั้นมาเป็นบรรทัดฐานในการตัดสินใจทุกอย่างว่าถูกหรือผิด ดีหรือไม่ดี เพราะบางครั้งการที่เรามองและตัดสินโดยเพียงความรู้สึกหรือความเห็นส่วนตัวของตนเอง ว่า..ไม่ดีนั้น นั่นอาจเป็นเพราะความไม่ดีในตัวของเราเองก็ได้

ทุกอย่างล้วนมี ๒ ด้าน อยู่ที่เราจะเลือกมองหรือดูด้านไหน ถ้าเรามองให้มันดี มันก็ดี , ถ้าเรามองให้มันไม่ดี มันก็ไม่ดี

ชะตาชีวิตของคนเรานั้น เราไม่สามารถเลือกหรือกำหนดให้เป็นดังใจของเราได้ และเราไม่มีทางรู้ได้เลย ว่ามันจะนำพาสิ่งใดมาให้เรา แต่สิ่งที่เราทำได้ ก็มีเพียงการคิดหาวิธีที่ดีกว่าในการยอมรับมัน

จิตใจของมนุษย์เราคงไม่ต่างกัน หากเรามีใจเพียงหนึ่งดวง ทำไมต้องเลือกแบกทุกข์แทนที่จะแบกความสุขเล่า

ทุกสิ่งสำเร็จได้ด้วยความขยันหมั่นเพียร

ความมั่นคงแห่งจิตใจ คือ ความมั่นคงที่แท้จริง

เคล็ดลับของความสำเร็จ คือ ความมั่นคงในเจตนารมณ์

ความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ คือ โซ่ทองคล้องใจคนในสังคม

ชีวิตยืนยาวชั่วอายุคน แต่ความดียืนยาวชั่วนิรันดร์

สัจจะที่ลึกซึ้ง คือ ความสามัญและเรียบง่าย เป็นธรรมชาติที่สุด ย่อมอยู่ได้นานที่สุด

ความลำบาก สอนให้คนเข้มแข็ง

เดิมทีทุกสรรพสิ่ง ล้วนเป็นของส่วนรวม แต่มนุษย์มักนึกเอาเองว่าเป็นของๆ ตน

เวลา เป็นสิ่งที่สร้างทุกอย่าง และทำลายทุกอย่าง

วันหนึ่ง วันนี้ คือ ชีวิต
ที่เรามีสิทธิ์จะใช้สอย
วันวาน ผ่านผันไม่หันคอย
พรุ่งนี้ล่องลอยเหมือนสายลม

อย่าฝันถึง สิ่งชอบเหนือขอบฟ้า
จงพอใจสิ่งตรงหน้าสง่าสม
โลกเรานี้ ไม่อยู่นิ่ง ทั้งกลิ้งกลม
วางอารมณ์ สงบนิ่ง อย่ากลิ้งตาม

ความห่างไกล สอนให้ ใจคิดถึง
ความรำพึง จะสอน ตอนห่วงหา
ความเชื่อใจ จะสอน ตอนนินทา
แต่ความกล้า จะสอน ตอนเรากลัว

อันเพื่อนดี มีหนึ่ง ถึงจะน้อย
ดีกว่าร้อย เพื่อนคิด ริษยา
เหมือนหนึ่งเกลือ ถึงมีน้อย ด้อยราคา
ยังดีกว่า น้ำเค็ม เต็มทะเล

ปัญหา มี ๒ อย่าง คือ ปัญหาที่แก้ได้ ก็ต้องแก้กันไปตามลำดับ อีกประการหนึ่ง คือ ปัญหาที่แก้ไม่ได้ ก็ต้องปล่อย วาง ปลง

ทุกอย่างในโลกนี้ มีธรรมชาติเป็นกฎตายตัว คือ แน่นอนที่สุด การแข่งขันทุกอย่าง ก็มีแพ้ มีชนะ มีเสมอ การทำมาค้าขาย ก็มีได้กำไร มีเสีย มีขาดทุน มีเท่าทุนเสมอตัว มีคนรัก ก็มีคนชัง มีปัญหา ก็มีปัญญา มีเกิด ก็มีดับ ก็มีแค่นั้น ตราบใด ยังอยู่ในโลก ก็ต้องพบกับโลกธรรม

เวลาเรามีทุกข์ มันก็มี ๒ อย่างเช่นกัน

๑.) ถ้าทุกข์กาย เช่น เจ็บไข้ได้ป่วย ก็ต้องรักษาด้วยโอสถ หรือยาเพื่อบรรเทาทุกข์

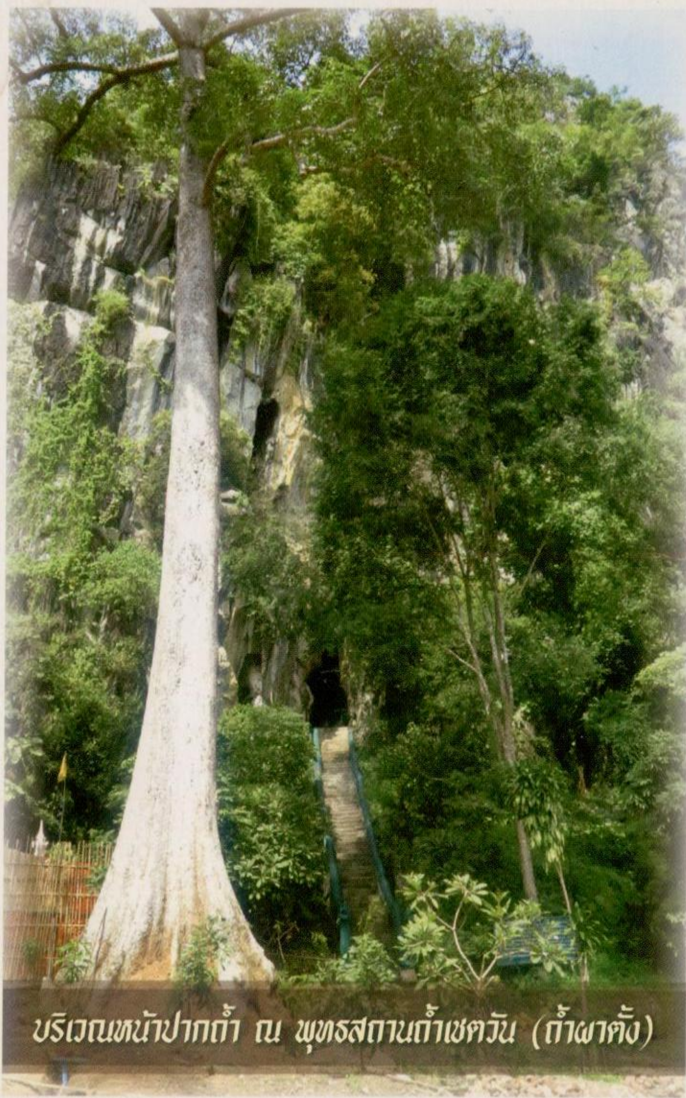
๒.) ถ้าทุกข์ใจ ก็ต้องแก้ที่ใจ เราต้องหาคำตอบให้ได้ว่า สาเหตุที่ทุกข์เพราะอะไร บางทีเราอาจไปยึดติดกับความทุกข์ เช่น ยึดติดกับคำพูด บางทีก็ยึดติดในสิ่งที่ไม่มีตัวตน ยึดติดกับความกลัว ความระแวง เป็นต้น

เมื่อมีทุกข์ หรือมีปัญหา ก็ควรรู้จักปัญหา
รู้จักทุกข์...แล้ว..ทำความเข้าใจ...ปล่อยวาง...

รายชื่อผู้จัดทำ

1. คุณพ่อ ธนากร(สุรชัย) พรพิทักษ์ชัยกุล
2. คุณแม่ รุ่งฟ้า เชาว์เพชรไพโรจน์
3. คุณพ่อ สุนทร แสนปัญญา
4. คุณแม่ สายทอง แสนปัญญา
5. นาย บัณฑิต พรพิทักษ์ชัยกุล
6. นาย วัฒนา แสนปัญญา
7. นางสาว กันต์ภัสสร พรพิทักษ์ชัยกุล
8. นาย ชาคริต พรพิทักษ์ชัยกุล
9. นาย ปริญญา แสนปัญญา





บริเวณหน้าปากถ้ำ ณ พุทธสถานถ้ำเชตวัน (ถ้ำผาตั้ง)